

**KHASIAT MINYAK ZAITUN DALAM AL-QURAN DAN  
RELEVANSINYA DI KLINIK THIBBUN NABAWI DR.  
IMAM WAHYUDI BANDAR LAMPUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi  
Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama  
(S.Ag)

**Oleh:**

**Muhammad Rizqi**

**NPM : 1731030004**

**Dosen Pembimbing 1: Drs. Ahmad Bastari, MA**

**Dosen Pembimbing 2: Ahmad Muttaqin, M,Ag.**



**Program Studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN**

**LAMPUNG**

**1443 H / 2021 M**

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Penegasan Judul**

Untuk mempermudah dalam memahami judul skripsi ini, sebelum menjelaskan lebih lanjut terkait pembahasan dan untuk menghindari kesalahpahaman makna yang terkandung di dalam judul skripsi ini, peneliti secara singkat dan jelas akan menguraikan beberapa kata

tentang pengertian dalam judul **“Khasiat Minyak Zaitun Dalam Al-Quran Dan Relevansinya Di Klinik Thibbun Nabawi Dr. Imam Wahyudi Bandar Lampung”** sebagai berikut:

Khasiat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah faedah (kegunaan) yang bersifat khas, kekuatan (kegunaan, faedah) yang istimewa (tentang obat, dan sebagainya).<sup>1</sup> Didalam beberapa jurnal khasiat itu adalah faedah, manfaat, atau kegunaan yang bersifat khas, mempunyai kekuatan yang istimewa pada suatu barang tertentu.

Zaitun dalam bahasa Arab disebutkan *zayt* merupakan sesuatu yang cukup dikenali. Zaitun adalah minyak yang diperas dari buah zaitun. Sedangkan zaitun adalah nama pohon yang sangat terkenal. Adapun zaitun dalam tinjauan ilmiah ialah pohon yang buahnya mengandung minyak. Pohon ini selalu hijau sepanjang tahun dan tinggi pohonnya kira-kira tiga meteran. Pohon zaitun juga bisa tumbuh mencapai tinggi 15 meter. Namun zaitun yang dibudidayakan bisa dijaga tingginya dengan pemangkasan. Tanaman ini termasuk tanaman kuat, mudah berakar dan bertunas, meskipun hanya menancapkannya ke tanah.<sup>2</sup>

Kata Al-Qur'an menurut bahasa mempunyai arti yang bermacam macam, salah satunya adalah bacaan atau sesuatu yang harus di baca, dipelajari. Adapun menurut istilah para ulama berbeda pendapat dalam memberikan definisi terhadap Al-Qur'an. Ada yang

---

<sup>1</sup> KBBI Daring, “Pengertian Khasiat,” 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/Khasiat>.

<sup>2</sup> <http://repository.uin-suska.ac.id/6290/3/BAB%20II.pdf>, “BAB II Tinjauan Umum Tentang Zaitun” 53, no. 9 (1981): 1689–99.

mengatakan bahwa Al-Qur'an adalah kalam Allah yang bersifat mu'jizat yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW melalui perantara Jibril dengan lafal dan maknanya dari Allah SWT, yang dinukilkan secara mutawatir; membacanya merupakan ibadah; dimulai dengan surah al-Fatihah dan diakhiri dengan surah an-Nas.<sup>3</sup>

Al-Quran adalah kalam Allah yang berupa mukjizat yang diturunkan oleh Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW melalui Malaikat Jibril yang memiliki fungsi utama sebagai petunjuk bagi manusia sebagai makhluk psikofisik yang bernilai ibadah.

Pengobatan dengan media minyak zaitun adalah suatu jenis pengobatan yang mengedepankan peran dari minyak zaitun sebagai penyembuhannya, sebagai contohnya yang akan peneliti bahas di bab berikut dibawah ini, yang dapat dijadikan acuan yaitu beranjak dari praktik pengobatan yang dilakukan di klinik Thibbun Nabawi Dr. Imam Wahyudi yaitu beliau menjalani pengobatan dengan cara ruqyah dan di dalam proses ruqyah tersebut beliau menggunakan media minyak zaitun untuk membantu si pasien mengeluarkan gangguan bangsa jin yang ada di tubuhnya.

Upaya manusia untuk terbebas dari penyakit salah satunya ialah dengan berikhtiar melakukan Khasiat seperti yang telah disebutkan di dalam Al-Quran untuk senantiasa hidup sehat maupun penyembuhan dari suatu penyakit, di dalam Islam terdapat banyak penjelasan mengenai tentang Khasiat kesehatan, adapun salah satunya ialah menggunakan media herbal Minyak Zaitun dalam pengobatan yang telah terbukti kemujarabannya di dalam Al-Quran dan berbagai pembuktiannya seperti yang diangkat melalui judul skripsi berikut yakni **“Khasiat Minyak Zaitun Dalam Al-Quran Dan Relevansinya Di Klinik Thibbun Nabawi Dr. Imam Wahyudi Bandar Lampung”**.

---

<sup>3</sup> M. Quraish Shihab, et. all., *Sejarah dan Ulum Al-Qur'an*, (Jakarta: Pusataka Firdaus, 2008), h 13.

## **B. Latar Belakang Masalah**

Berdasarkan dalam kebiasaan hidup masyarakat tidak mengatur pola makannya dengan baik atau bahkan masyarakat lebih banyak mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung bahan kimia yang dapat berdampak negatif pada kesehatan tubuh dan dapat mengakibatkan timbulnya penyakit. Ketidak stabilan kesehatan dapat terjadi pada organ-organ tubuh yang biasanya disebut dengan penyakit.<sup>4</sup>

Tidak menutup kemungkinan setiap manusia pernah mengalami sakit. Penyakit yang diderita oleh setiap makhluk berbeda satu sama lainnya. Sakit sendiri merupakan keadaan dimana tubuh tidak berada pada kondisi normal yang disebabkan oleh beberapa faktor dari dalam maupun dari luar tubuh. Penyakit juga terdiri dari dua kriteria yaitu penyakit yang menular dan tidak menular. Ketika berbicara tentang penyakit yang menular maka didalamnya itu disebabkan karena bakteri, virus, atau parasit yang dapat ditularkan melalui kontak tertentu, bisa itu dari lingkungan yang tidak sehat atau juga penularan dari seseorang yang sakit kemudian tertular kepada seseorang yang sedang sehat.

Kemudian untuk penyakit yang tidak menular adalah penyakit yang tidak disebabkan oleh kuman melainkan karena faktor fisiologis atau metabolisme yang lain pada jaringan manusia, baik itu gangguan dari makhluk yang tidak kasat mata seperti gangguan jin, santet dan lain sebagainya.

Dari sekian banyaknya cara untuk penyembuhan dari gangguan kesehatan tersebut dapatlah ditempuh dan diperangi dengan cara Khasiat minyak zaitun yang mana media tersebut dapat dikatakan mujarab menurut pengobatan ala Nabi Muhammad SAW, baik itu dengan cara meruqyah dan mendoakan juga minyak zaitun tersebut agar yang sedang mengidap penyakit tersebut dapat terhindar dan terlepas dari suatu penyakit yang telah hinggap di dalam badannya.

---

<sup>4</sup> Misbahuddin Ali and Desa Benda, 'Program Studi Ilmu Al- Qur'an Dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Adab Dan Humaniora Institut Agama Islam Negeri (Iain) Purwokerto 2020', 2020, h 1.

Disini peneliti akan membahas bagaimana kinerja minyak zaitun sebagai suatu media dalam Khasiat yakni untuk mencapai kata sehat dan sangat mujarab khasiatnya, peneliti akan menuliskan suatu contoh orang yang telah sehat dari suatu penyakitnya yang cara pengobatannya yaitu dengan menggunakan media minyak zaitun tersebut.

Sebelum lebih jauh mendalami apa itu Khasiat minyak zaitun dalam Al-Quran, maka peneliti akan menyampaikan terlebih dahulu bahwa Nabi Muhammad SAW telah mengajarkan dan menunjukkan kepada kita umat manusia untuk senantiasa menjaga kesehatan badan manusia dari perkara-perkara berbagai macam penyakit. Adapun salah satu petunjuk dari Nabi Muhammad SAW itu adalah sebagai berikut:

مَا مَلَأَ ابْنُ آدَمَ وَ عَاءَ شَرًّا مِنْ بَطْنٍ حَسْبُ ابْنِ آدَمَ أَ كَلَاتِ يَقْمَنَ صَلْبُهُ فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَثَلَاثَ طَعَامٍ وَ ثَلَاثَ شَرَابٍ وَ ثَلَاثَ لِنْفُسِهِ

*“Tatkala wadah lebih buruk yang diisi anak manusia melebihi perut. Cukupilah bagi anak Adam beberapa suap makanan sekadar bisa menegakkan tulang punggungnya. Jika tidak mungkin, maka sepertiga untuk makanan. Sepertiga untuk minuman, dan sepertiga lagi untuk napasnya”.*<sup>5</sup>

Dari penjelasan diatas dapat dijadikan bukti bahwa sayang Nabi Muhammad SAW terhadap manusia yang paling jelas adalah petunjuk beliau kepada mereka untuk berobat. Selain itu, beliau juga banyak memberikan nasihat dan arahan umum kepada seluruh manusia untuk menjaga kesehatan dan badan.

Nabi Muhammad SAW bersabda:

لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ

*“Setiap penyakit ada obatnya. Jika obat tepat mengenai penyakit maka akan terwujud kesembuhan dengan izin Allah SWT”.*  
HR. Muslim

---

<sup>5</sup> Ibnu Hibban:II/449 dan Baihaqi dalam Syubul Iman:V/28.  
HR.Ahmad:IV/132, “Syubul Iman:,” n.d.

Kemudian Usamah bin Syarik pernah berkata, “Ketika aku bersama Nabi Muhammad SAW datanglah orang-orang Arab badui lalu bertanya kepada Nabi, ‘Wahai Rasulullah apakah kami boleh melakukan pengobatan?’ Kemudian langsung dijawab Nabi:

نَعَمْ يَا عِبَادَ اللَّهِ تَدَاوُوا فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ لَمْ يَصْنَعْ دَاءً إِلَّا وَصَّغَ لَهُ شِفَاءً غَيْرَ دَاءٍ وَاحِدٍ

‘Boleh, berobatlah kalian! Sesungguhnya, setiap Allah menciptakan penyakit, Dia pasti menciptakan obatnya, kecuali satu penyakit saja.’

Mereka merasa penasaran, bertanya lagi kepada Rasul, ‘Penyakit apa itu ya Rasulullah?’ Beliau menjawab: “Tua Renta”. HR. Ahmad

Ibnu Qayyim telah mengomentari hadits-hadits diatas dengan perkataannya, “Hadits-hadits tersebut mengandung penetapan kausalitas (sebab akibat). Hadits itu juga menyangkal orang yang mengingkarinya. Sabda Nabi Muhammad SAW, ‘Setiap penyakit ada obatnya’ boleh dimaknai secara umum, yakni mencakup seluruh penyakit yang dapat menyembuhkannya. Hanya saja, ilmunya masih menjadi rahasia bagi manusia dan Dia tidak memberi jalan kepada mereka untuk mengetahuinya. Sebab, tidak ada pengetahuan bagi makhluk, kecuali yang telah diberitahukan Allah. Oleh sebab itu, Nabi SAW mensyaratkan harus memilih obat yang tepat bagi kesembuhan suatu penyakit. Segala yang diciptakan pasti memiliki lawan (kebalikan). Dan, setiap penyakit memiliki lawan berupa obat yang dapat menyembuhkannya.”<sup>6</sup>

Pengertian Khasiat adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sakit, pengobatan penyakit dan perawatan penyakit. Dalam bidang medis kata Khasiat sinonim dengan kata pengobatan.<sup>7</sup> Menurut kamus lengkap psikologi, Khasiat adalah suatu perlakuan dan pengobatan yang ditunjukkan kepada penyembuhan suatu kondisi patologis (pengetahuan tentang penyakit atau gangguan).<sup>8</sup> Khasiat

---

<sup>6</sup> Ibnul Qayyim:IV/12 Zadul Ma’ad, “No Title,” n.d.

<sup>7</sup> Basma G. Alhogbi, ‘Landasan Teori Tentang Khasiat’, 53.9 (2017), 21–25.

<sup>8</sup> *Ibid*, h. 26.

juga dapat diartikan sebagai suatu jenis pengobatan penyakit dengan kekuatan batin maupun rohani, bukan dengan mengkonsumsi obat-obatan.<sup>9</sup>

Allah adalah *Asy-Syafi*, yaitu Dzat yang mampu memberikan kesembuhan, baik kesembuhan penyakit hati maupun penyakit jasmani. Kesembuhan hati dari penyakit *syubhat*, keragu-raguan, hasad, serta penyakit-penyakit hati lainnya, dan juga kesembuhan jasmani dari penyakit-penyakit badan. Tidak ada yang mampu memberikan kesembuhan dari penyakit-penyakit tersebut selain Allah SWT.<sup>10</sup>

Dalam kisah *Ashhabul Ukhdud* disebutkan, “Ada seseorang pemuda yang dapat menyembuhkan orang buta dan berpenyakit kusta, serta dapat mengobati manusia dari segala macam penyakit. Maka orang yang buta dan dekat dengan raja mendengarnya. Dia datang dengan membawa hadiah yang sangat banyak, kemudian berkata, “Apa saja yang terkumpul di sini akan menjadi milikmu, apabila engkau dapat menyembuhkan aku.” Dia berkata, “Sesungguhnya aku tidak dapat menyembuhkan siapa pun, hanya Allah Ta’ala yang dapat menyembuhkan. Maka jika engkau beriman kepada Allah, aku akan berdoa kepada Allah, sehingga Dia akan menyembuhkanmu. Maka dia beriman kepada Allah, maka Allah menyembuhkannya.”<sup>11</sup>

Sehat menurut *World Health Organisation* (WHO) adalah suatu keadaan yang lengkap meliputi kesejahteraan fisik, mental, sosial, dan bukan hanya bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan. Begitupun menurut UU No. 23 Tahun 1992 tentang kesehatan, sehat adalah keadaan kesejahteraan badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis.<sup>12</sup> Kehidupan manusia modern kini banyak ditandai dengan gaya hidup yang tidak sehat.

---

<sup>9</sup> *Ibid*, h. 27.

<sup>10</sup> Abu Fida’ Yazid, *Berobat Dengan Asma’ul Husna*, ed. by Muhammad Albani (Solo: Kiswah Media, 2017) h.79.

<sup>11</sup> Abu Fida’ Yazid, *Berobat Dengan Asma’ul Husna*, ed. by Muhammad Albani (Solo: Kiswah Media, 2017), .h. 80.

<sup>12</sup> Ina Wati, “Kesehatan Dalam Perspektif Al-Qur’an,” 2019, 76.



Al-Qur'an bukanlah kitab pengobatan, akan tetapi di dalamnya banyak memuat nilai dan tata cara pengobatan. Ini dapat diartikan bahwa agama Islam adalah agama yang menginginkan pemeliharaan kesehatan terus terjaga demi kelangsungan hidup manusia yang bebas dari gangguan segala jenis penyakit baik itu penyakit fisik maupun mental, khususnya umat Islam. Namun, dalam pemeliharaannya tidak dibenarkan melakukan hal-hal yang bersifat negatif. Oleh karena itu, pemeliharaan dan pengobatan adalah ibarat dua sisi mata uang yang tidak dapat dipisahkan, akan tetapi Islam lebih menganjurkan pemeliharaan dari pada pengobatan, sebagaimana dengan prinsip kaidah yang mengatakan "Mencegah lebih baik daripada mengobati".<sup>13</sup>

Di dalam Al-Quran dan juga anjuran Nabi Muhammad SAW telah dijelaskan beberapa Khasiat dengan menggunakan bahan herbal seperti yang akan dibahas pada penelitian ini ialah Minyak Zaitun. Tetapi kebanyakan masyarakat khususnya di Indonesia lebih memilih pengobatan dengan cara mengkonsumsi obat-obatan kimia yang beredar di pasaran dan memiliki efek samping yang buruk bagi tubuh.

Minyak zaitun bukan hanya dapat dikonsumsi saja, ada banyak keistimewaan dari minyak zaitun yang dapat dijadikan sebagai media pengobatan contohnya seperti pasien yang diruqyah, minyak zaitun yang awalnya sudah mengandung berjuta manfaat ditambah lagi dengan doa-doa ruqyah maka minyak zaitun tersebut atas izin Allah akan mengangkat segala jenis gangguan setan dan sebagainya dari dalam tubuh pasien tersebut.

Sebagai salah satu sampel peneliti mengambil suatu kisah seseorang yang dinyatakan sembuh dari penyakitnya dengan cara pengobatannya menggunakan media minyak zaitun. Seorang tersebut merupakan pemuda laki-laki yang bernama Harist Aditya Kusuma Mubarak yang sedang menempuh perkuliahan di UIN Raden Intan Lampung Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama di Jursan Ilmu Al-Quran dan Tafsir sekaligus menjadi kakak tingkat penulis, adapun untuk keluhan atau penyakit yang dideritanya sejak lama itu ialah

---

<sup>13</sup> Andi Muflih, "Pengobatan Dalam Islam," 2013, 1–148.

indigo. Dan pada saat itu seorang pemuda tersebut diberikan masukan dari temannya untuk mencoba menjalani proses penyembuhan dirinya di Klinik Thibbun Nabawi Dr. Imam Wahyudi. Disinilah seorang pemuda tersebut menjalankan suatu penyembuhan dari penyakitnya yaitu dengan cara di ruqyah, akan tetapi sebelum dilakukan ruqyah seorang pemuda tersebut dioleskan terlebih dahulu minyak zaitun ketubuhnya dan setelah diruqyah ia diberikan arahan lagi untuk mandi dengan air yang telah tercampur oleh minyak zaitun. Atas izin Allah seorang pemuda tersebut sekarang telah sembuh dari penyakit indigo nya dan disini peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa minyak zaitun tersebut merupakan media dalam proses pengobatannya ruqyah dan sudah terbukti menyembuhkan.

Hal ini yang membuat peneliti tertarik untuk mengkaji dan meneliti lebih lanjut karena menunjukkan fakta bahwa masyarakat Indonesia memilih melakukan pengobatan alternatif dengan menggunakan obat-obatan kimia. Dan peneliti ingin membuat masyarakat Indonesia khususnya untuk menyadari dan memperkenalkan menggunakan salah satu Khasiat yang telah dianjurkan oleh Nabi Muhammad SAW di dalam Al-Quran maupun Hadits baik itu dari sifat, khasiat dan bagaimana agar herbal tersebut berdaya kerja secara efektif dalam suatu Khasiat, dimana menurut peneliti menarik untuk dikaji.

### **C. Identifikasi dan Batasan Masalah**

Berdasarkan pada uraian latar belakang yang telah peneliti kemukakan, maka perlu adanya batasan masalah supaya lebih terarah dan tersistematis dalam pembahasan yang akan diteliti. Peneliti membatasi permasalahan dalam penulisan skripsi ini sebagai berikut:

1. Peneliti mengkhususkan pembahasan mengenai Khasiat Minyak Zaitun dalam Al-Qur'an dan Relevansinya di Klinik Thibbun Nabawi Dr. Imam Wahyudi Bandar Lampung.
2. Peneliti membatasi pembahasan ini hanya merujuk kepada kajian Tafsir Fi Zhilalil Quran Karya Sayyid Quthb dan Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab

dan pendapat mufassir lain yang disajikan dalam penelitian ini untuk menjadi objek pendukung.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis dapat merumuskan masalah diantaranya sebagai berikut:

1. Apa makna ayat mengenai Minyak Zaitun Dalam Al-Quran Menurut Sayyid Quthb dan M. Quraish Shihab?
2. Bagaimana implementasi Khasiat Minyak Zaitun dalam Al-Quran di Klinik Thibbun Nabawi Dr. Imam Wahyudi Bandar Lampung?
3. Bagaimana analisis Khasiat Minyak Zaitun Menurut Sayyid Quthb dan M. Quraish Shihab dan Relevansinya melalui Praktek Pengobatan di Klinik Thibbun Nabawi Dr. Imam Wahyudi Bandar Lampung?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin peneliti capai berdasarkan rumusan masalah diatas dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui makna ayat mengenai Minyak Zaitun menurut Sayyid Quthb dan M. Quraish Shihab.
2. Untuk mengetahui implementasi Khasiat Minyak Zaitun di Klinik Thibbun Nabawi Dr. Imam Wahyudi Bandar Lampung.
3. Menjelaskan analisis Khasiat Minyak Zaitun Menurut Sayyid Quthb dan M. Quraish Shihab dan Relevansinya melalui Praktek Pengobatan di Klinik Thibbun Nabawi Dr. Imam Wahyudi Bandar Lampung.
4. Penelitian ini juga bertujuan untuk memperkaya khazanah keilmuan Islam, khususnya pada bidang Al-Qur'an dan Tafsir melalui corak pendekatan ilmu pengetahuan kesehatan yang terdapat di dalam Al-Qur'an khususnya Tumbuhan dan Hasil Proses Hewani.

## **F. Manfaat Penelitian**

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan khazanah ilmu Al-Quran dan tafsir khususnya dalam kajian Khasiat Kesehatan dengan menggunakan media Minyak Zaitun dan sebagai bentuk kajian penelitian kualitatif yang mengkaji fenomena yang ada di lapangan secara langsung seperti mengunjungi Klinik Thibbun Nabawi Dr. Imam Wahyudi Bandar Lampung serta mendapatkan informasi dan sumber langsung dari Dr. Imam Wahyudi, para pasien dan lain-lain dalam berinteraksi dengan Al-Quran. Penelitian ini dimaksudkan untuk dapat memberikan kontribusi dan memberikan informasi bagi para pembaca mengenai bahan herbal Minyak Zaitun sebagai media pengobatan. Bagi para akademisi terutama mahasiswa program Sarjana UIN Raden Intan Lampung, penelitian ini dapat menjadi pengembangan khazanah keislaman serta sebagai bahan rujukan penelitian-penelitian selanjutnya.

## **G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan**

Guna menghindari terjadinya pengulangan hasil temuan yang membahas permasalahan yang sama dari seseorang, baik dalam bentuk buku ataupun dalam bentuk tulisan yang lain, maka peneliti akan memaparkan beberapa karya ilmiah yang menjelaskan tentang kedekatan dengan karya ilmiah yang sedang peneliti teliti.

Sejauh dari peneliti ketahui telah banyak karya tulis ilmiah atau skripsi yang sama dengan penelitian ini. Akan tetapi dalam penelitian berbentuk skripsi yang mengkaji tentang Khasiat di suatu rumah pengobatan sudah cukup banyak, beberapa tulisan yang pernah mengkaji yakni berjudul “Khasiat Kesehatan dengan menggunakan Ayat-ayat Al-Quran (Studi di Rumah Pengobatan K.H. Misbahuddin Ali Desa Benda Kecamatan Sirampog Kabupaten Brebes)” yang ditulis oleh Fahrudin Nisa, Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora, IAIN Purwokerto pada tahun 2020. Dalam tulisan ini hanya meneliti tentang Khasiat menggunakan ayat-ayat Al-Quran di salah satu rumah pengobatan dikaji dari ajaran Islam yang ada.

Adapun kajian lainnya adalah tentang “Pengobatan Dalam Islam (Studi Analisis)” yang ditulis oleh Andi Muflih tahun 2013. Menurut pengamatan penulis bahwa yang ditulis oleh Andi Muflih hanya sebatas menyebutkan bahan-bahan obat dalam Al-Quran saja tidak menjelaskan secara mendalam tentang khasiat, kandungan, dan cara kerja dari bahan-bahan obat yang telah disebutkan tersebut.

Adapun dalam penelitian ini, peneliti membahas tentang Khasiat Minyak Zaitun dan Relevansinya di suatu klinik Thibbun Nabawi milik salah seorang yang bernama Dr. Imam Wahyudi, kegiatan Khasiat minyak zaitun seperti apa yang dilakukan oleh beliau dan apakah itu relevan dengan apa yang dikatakan oleh Mufassir dan pada teori-teori yang membahas tentang minyak zaitun itu sendiri.

## **H. Metode Penelitian**

Dalam melakukan suatu penelitian dan dapat memperoleh data yang akurat, seorang peneliti harus berpijak pada metodologi penelitian. Hal ini bertujuan agar metodologi tersebut akan dapat memperoleh hasil yang tepat dan terarah. Pada bagian ini akan dijelaskan tentang hal-hal yang berkaitan dengan metode yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

### **1. Jenis Penelitian**

Dilihat dari jenisnya, dalam penelitian ini termasuk kedalam jenis penelitian kualitatif (*qualitative research*). Penelitian kualitatif adalah suatu prosedur pengambilan data yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis dari fenomena dan perilaku tertentu. Ini adalah suatu pendekatan penelitian, yang diarahkan pada latar dari individu secara alami dan holistik (utuh) sehingga tidak mengisolasi individu atau organisasi kedalam sebuah variabel/hipotesis. Seorang peneliti yang mendalami, mencermati, menelaah dan mengidentifikasi pengetahuan yang ada pada data yang telah didapatkan dari hasil wawancara terbuka didalam mengamati secara mendalam,

ini disebut dengan penelitian kualitatif.<sup>14</sup> Hal yang penting dalam penelitian kualitatif adalah bagaimana peneliti mampu merumuskan kategori-kategori permasalahan sebagai sebuah konsep untuk memperbandingkan data. Penelitian kualitatif dapat mengeksplorasi sikap, perilaku dan pengalaman responden melalui metode interview dan focus group.<sup>15</sup>

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain secara menyeluruh, dengan cara mendeskripsikan berbentuk kata-kata dan bahasa, pada konteks alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. (Moleong, 2005). Tujuan penelitian kualitatif, menurut Kriyantono adalah untuk menjelaskan fenomena-fenomena dengan sedalam-dalamnya dengan cara mengumpulkan data sedalam-dalamnya pada subjek yang diteliti. Selain itu, peneliti lebih mengutamakan perspektif partisipan (emik) dari pada perspektif peneliti (etik) dengan menggunakan gaya penulisan naratif. Di dalam penelitian ini peneliti memiliki desain penelitian kualitatif yang digunakan yaitu desain penelitian studi kasus.<sup>16</sup>

Adapun pengertian dari desain penelitian kualitatif studi kasus ini merupakan penelitian dan penyelidikan empiris yang menyelediki fenomena dalam konteks kehidupan nyata, studi kasus didasarkan pada investigasi

---

<sup>14</sup> David hizki Tobing, Yohanes Kartika Herdiyanto, and Dewi Puri Astiti, 'Bahan Ajar Metode Penelitian Kualitatif, *Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udaya*, 2016, 42.

<sup>15</sup> Firdaus M. Aziz, *Metode Penelitian*, Edisi Pert (Tangerang Selatan, 2012).

<sup>16</sup> Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, "Pedoman Penulisan Tugas Akhir Mahasiswa Program Sarjana" 53, no. 9 (2019): 1689–99.

mendalam terhadap satu individu, kelompok, atau peristiwa untuk mengeksplorasi penyebab prinsip-prinsip yang mendasarinya.<sup>17</sup>

## 2. Sumber Data

Sumber data adalah segala keterangan (informasi) mengenai hal-hal yang berkaitan dengan tujuan penelitian. Adapun sumber data dalam penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu sebagai berikut:

### a. Data Primer

Sumber data primer: sumber data yang dijadikan referensi dalam penulisan ini yang diperoleh secara langsung dari sumber aslinya yaitu Al-Qur'an dan Hadits, juga berupa hasil observasi yang mendetail, baik itu wawancara dan sebagainya.

### b. Sumber data sekunder

Data yang diperoleh dari literatur-literatur lain, berupa buku-buku, e-book, jurnal dan artikel-artikel yang berkaitan dengan yang dibahas guna memperkaya melengkapi sumber data primer.

## 3. Metode Pengumpulan Data

Metode ini merupakan suatu kegiatan yang dilakukan dengan sistematis, obyektif untuk mengkaji suatu masalah dalam usaha untuk mencapai suatu pengertian mengenai prinsip mendasar dan berlaku untuk umum atau teori mengenai masalah tersebut.<sup>18</sup>

Penelitian kualitatif dapat dilakukan dengan menggunakan dua pendekatan yaitu pendekatan secara langsung (*direct approach*) dan pendekatan secara tidak langsung (*indirect approach*). Pendekatan secara langsung yaitu dengan langsung bertemu kepada Dr. Imam Wahyudi selaku pemilik Klinik Thibbun Nabawi, dan bertemu langsung juga dengan

---

<sup>17</sup> Hayati Rina, "Pengertian Studi Kasus, Jenis, Tujuan, Dan Contohnya," 2019, <https://penelitianilmiah.com/studi-kasus/>.

<sup>18</sup> Tobing, Herdiyanto, and Astiti, "Bahan Ajar Metode Penelitian Kualitatif."

para informan sehingga mendapatkan informasinya langsung pada saat itu melalui wawancara yang telah peneliti lakukan, dan untuk pendekatan secara tidak langsung (*indirect approach*) peneliti tidak menggunakannya dikarenakan tidak mempunyai alasan yang buruk kepada data-data yang telah peneliti dapatkan.

#### 1. Metode Pengolahan Data

Pengolahan data adalah kegiatan lanjutan setelah pengumpulan data dilaksanakan. Dalam hal pengolahan data, metode yang digunakan adalah deskriptif analitis. Adapun langkah-langkah penelitian ini adalah dengan memulai menginventarisasi ayat Al-Qur'an tentang Khasiat Minyak Zaitun, kemudian mendeskripsikan pembahasan tentang Khasiat Minyak Zaitun menurut kajian tafsir Fi Zhilalil Quran dan Al-Misbah, selanjutnya analisis untuk menelusuri kevaliditasan dan melakukan kritik terhadap penafsiran tentang Khasiat Minyak Zaitun tersebut.

#### 5. Metode Analisis Data

Analisis data adalah rangkaian kegiatan penelaahan, pengelompokan, sistematisasi, penafsiran dan verifikasi data agar sebuah fenomena memiliki nilai sosial, akademis dan ilmiah. Pokok analisis data dalam penelitian ini yakni menelaah dan mengkaji teks maupun isi kandungan Al-Qur'an tentang Khasiat Minyak Zaitun dalam Al-Quran.

Data kualitatif yang merupakan data primer yang diperoleh dari proses personal antara peneliti dengan partisipan (responden). Ketika ada dua orang peneliti yang menganalisis tema yang sama, maka dapat terjadi dua hasil yang berbeda. Hal ini terjadi disebabkan proses analisis melibatkan personal yang dipengaruhi oleh latarbelakang peneliti dan respon responden yang dapat berubah-ubah.<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup> Firdaus M. Aziz, *Metode Penelitian*.





## **BAB II**

### **TINJAUAN UMUM TENTANG KHASIAT DAN MINYAK ZAITUN**

#### **A. Pengertian Khasiat**

Di atas telah disebutkan dalam penegasan judul bahwa pengertian Khasiat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah faedah (kegunaan) yang bersifat khas, kekuatan (kegunaan, faedah) yang istimewa (tentang obat, dan sebagainya).<sup>20</sup> Didalam beberapa jurnal khasiat itu adalah faedah, manfaat, atau kegunaan yang bersifat khas, mempunyai kekuatan yang istimewa pada suatu barang tertentu.

#### **B. Pengertian Minyak Zaitun dari Segi Tinjauan**

##### **1. Minyak Zaitun dalam Al-Quran dan Sunnah Nabi**

Zaitun merupakan pohon yang penuh berkah. Bahkan, Allah bersumpah dalam Al-Quran dengan nama zaitun. Allah berfirman:

وَالَّتَيْنِ وَالزَّيْتُونَ ﴿٦﴾ وَطُورِ سَيْنِينَ ﴿٧﴾

“Demi (buah) Tin dan (buah) Zaitun, dan demi bukit Sinai”.  
(QS. At-Tin 1-2)

---

<sup>20</sup> KBBI Daring, “Pengertian Khasiat,” 2016,  
<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/Khasiat>.



Hebatnya lagi, Allah juga memuji pohon ini dalam firman-Nya:

﴿اللَّهُ نُورُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ۚ مِثْلُ نُورِهِ كَمِشْكَاةٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ ۚ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ ۚ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ ۚ نُورٌ عَلَى نُورٍ ۚ يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَن يَشَاءُ ۚ وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَلَ لِلنَّاسِ ۚ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ﴾

35. Allah (Pemberi) cahaya (kepada) langit dan bumi. perumpamaan cahaya Allah, adalah seperti sebuah lubang yang tak tembus, yang di dalamnya ada pelita besar. pelita itu di dalam kaca (dan) kaca itu seakan-akan bintang (yang bercahaya) seperti mutiara, yang dinyalakan dengan minyak dari pohon yang berkahnya, (yaitu) pohon zaitun yang tumbuh tidak di sebelah timur (sesuatu) dan tidak pula di sebelah barat(nya), yang minyaknya (saja) Hampir-hampir menerangi, walaupun tidak disentuh api. cahaya di atas cahaya (berlapis-lapis), Allah membimbing kepada cahaya-Nya siapa yang Dia kehendaki, dan Allah memperbuat perumpamaan-perumpamaan bagi manusia, dan Allah Maha mengetahui segala sesuatu. (QS An-Nur 35).

Allah juga menyebutkan zaitun bersamaan dengan sederet nikmat yang telah dikaruniakan kepada kita.

﴿وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَّعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّحْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أَكْلُهُمْ وَالزَّيْتُونَ وَالزُّمَّاتِ مُتَشَبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَبِهٍ ۚ كُلُوا مِنْ

ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَءَاتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ ۚ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ

الْمُسْرِفِينَ ﴿١٤١﴾

141. dan Dialah yang menjadikan kebun-kebun yang berjunjung dan yang tidak berjunjung, pohon korma, tanam-tanaman yang bermacam-macam buahnya, zaitun dan delima yang serupa (bentuk dan warnanya) dan tidak sama (rasanya). makanlah dari buahnya (yang bermacam-macam itu) bila Dia berbuah, dan tunaikanlah haknya di hari memetik hasilnya (dengan disedekahkan kepada fakir miskin); dan janganlah kamu berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan. (QS Al-An'am 141).

Pada ayat diatas Allah menyebutkan zaitun sebagai pohon yang penuh berkah. Zaitun adalah salah satu tumbuhan perdu atau disebut tanaman berkayu yang bercabang-cabang, tumbuh rendah dekat dengan permukaan tanah, serta tidak memiliki batang yang tegak, yang jenis-jenisnya tersebar di kawasan sekitar Laut Tengah. Pohonnya berumur panjang, dapat mencapai ratusan tahun. Karenanya buah zaitun dapat dipanen dalam masa yang sangat panjang.<sup>21</sup>

Zaitun adalah pohon yang pertama kali tumbuh di dunia dan pohon pertama yang tumbuh pasca bencana air bah (zaman Gletser). Zaitun tumbuh di tempat tinggal para nabi dan tanah-tanah suci. Tujuh puluh nabi mendoakan keberkahan pohon zaitun, diantaranya adalah Nabi Ibrahim dan Nabi Muhammad.

Ats-Tsa'labi menuturkan, Al-Quran telah mengungkapkan pohon Zaitun dengan sangat menarik, bahkan namanya disebut-sebut oleh Allah. Zaitun tumbuh di padang pasir. Tumbuh terbuka di permukaan bumi dan tidak terhalang sinar matahari. Itulah mengapa minyak yang dihasilkan sangat berkualitas.

---

<sup>21</sup> Tafsir Kemenag RI, *TUMBUHAN Dalam Perspektif Al-Quran Dan Sains* (Jakarta, 2011).

Pohon zaitun tidak teruntuk bagi Timur, sehingga disebut dengan *syarqiyah*. Tidak pula secara khusus bagi Barat, sehingga disebut dengan *gharbiyah*. Akan tetapi, kedua-duanya: *syarqiyah* dan *gharbiyah* (Timur dan Barat). Ibnu Zaid berkata, “Zaitun termasuk pohon yang tumbuh di Syam. Pohon yang tumbuh di Syam secara khusus tidak diperuntukkan bagi timur maupun barat. Pohon yang tumbuh di Syam termasuk pohon yang paling baik. Ini karena Syam adalah bumi yang penuh berkah.”<sup>22</sup>

Pohon zaitun adalah pohon yang rindang. Setiap bagiannya bermanfaat bagi manusia, baik itu minyaknya, batangnya, daunnya, dan buahnya. Adapun memakai minyak zaitun termasuk dalam sunnah

Dalam At-Thibb An-Nabawi, Adz-Zahabi menyebutkan dari Uqbah bin Amir, “Hendaklah kalian menggunakan minyak zaitun. Konsumsilah minyak zaitun dan berminyaklah dengannya. Sebab, minyak zaitun sangat bermanfaat menghilangkan wasir.”

Adz-Zahabi mengatakan, “Zaitun yang berwarna hijau dan sangat cepat keringnya, sangat baik untuk bahan makanan, memperkuat lambung, meningkatkan selera makan, serta mencegah sesak dada akibat asap. Sedangkan zaitun yang asin, sangat bermanfaat untuk luka bakar. Memakan daun zaitun sangat bermanfaat untuk sariawan di bibir, bisul, mati rasa, dan biduran. Biduran ialah benjolan merah muda atau kemerahan atau bagian pada kulit yang sedikit menonjol, biasanya disertai dengan rasa gatal.

Dalam *Zadul Ma'ad*, Ibnul Qayyim menuturkan, “Minyak zaitun akan menutup pori-pori tubuh. Apabila digunakan setelah mandi dengan air panas, akan menghaluskan dan melembabkan tubuh. Jika dioleskan ke rambut, akan memperindah dan memanjangkan rambut. Sangat berguna

---

<sup>22</sup> Hammad Sa'id, *Kedokteran Nabi* (Solo, 2014).

untuk mengobati penyakit campak dan mencegah berbagai penyakit.”

## 2. Zaitun dalam Tinjauan Bahasa

Dalam Lisanul Arab disebutkan *Zayt* adalah sesuatu yang cukup dikenali. Ia merupakan minyak yang diperas dari zaitun. Sedangkan zaitun adalah nama pohon yang sangat terkenal.<sup>23</sup>

*Zayt* adalah minyak zaitun. Bentuk tunggalnya *zaytunah*.<sup>24</sup> Ia disebut dalam Al-Quran seperti didalam firman Allah SWT dalam Surat At-Tin ayat 1-2:

وَالَّتَيْنِ وَالزَّيْتُونَ ﴿١﴾ وَطُورِ سَيْنِينَ ﴿٢﴾

1. demi (buah) Tin dan (buah) Zaitun[1587],

2. dan demi bukit Sinai[1588],

Selanjutnya kata zaitun menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) membawa arti tumbuhan perdu, tumbuhan berwarna hijau dan tumbuhnya di daerah Laut Tengah (Mediterrania.) Spanyol dan Italia adalah negara yang terdepan dalam memproduksi zaitun. Di dalam zaitun terdapat minyak yang berwarna kuning jernih yang digunakan untuk pengobatan.<sup>25</sup>

## 3. Zaitun dalam Tinjauan Ilmiah

Zaitun adalah pohon yang buahnya mengandung minyak. Pohon ini selalu hijau sepanjang tahun. Tinggi pohonnya kira-kira tiga meteran. Pohon zaitun juga bisa tumbuh mencapai tinggi sekitar 15 meter. Namun zaitun yang dibudidayakan bisa dijaga tingginya dengan pemangkasan. Tanaman ini termasuk tanaman kuat, mudah berakar dan bertunas. Meskipun hanya menancapkannya ke tanah.<sup>26</sup>

---

<sup>23</sup> Ahmad Salim Badwilan, *Manfaat Minyak Zaitun* (Sukarta: Thibbia, 20120).

<sup>24</sup> *Ibid.*

<sup>25</sup> Maulana Firdaus, “Kamus Besar Bahasa Indonesia,” Fajar Mulia, 2010.

<sup>26</sup> Cal Orey, *Khasiat Minyak Zaitun Resep Umur Panjang Ala Mediterania* (Jakarta, 2008).

Daun zaitun tidak terlalu besar. Tumbuhnya saling berlawanan. Daunnya berwarna hijau terang dan seolah-olah tumbuh berpasangan pada sisi kiri dan kanan. Buah zaitun yang masak ranum berwarna ungu kehitaman. Buahnya lunak dari berisi penuh cairan berbentuk lonjong atau membulat. Zaitun amat kaya dengan vitamin A, B1, B2, C, D, E, K, dan zat besi. Zaitun sangat istimewa dan merupakan pohon yang berumur panjang yang bisa mencapai 500 tahun hingga 1500 tahun.<sup>27</sup>

Zaitun adalah pohon berbuah yang mengandung minyak. Ia termasuk dalam suku *oleaceae*. Buah zaitun memiliki biji tunggal, kulitnya mengilat dan berwarna hijau. Ketika matang warnanya berubah menjadi hitam kemerahan. Tidak ada perbedaan antara zaitun hijau dan hitam. Semua jenis zaitun pada awalnya berwarna hijau. Kemudian berubah menjadi hitam ketika matang.<sup>28</sup>

Pohon zaitun adalah satu pohon tertua yang dikenal manusia sepanjang sejarah, pohon zaitun disebut dalam Al-Quran dan As-Sunnah sebagai isyarat mengenai urgensi dan ketinggian nilai pohon yang dimuliakan oleh seluruh ajaran langit. Zaitun adalah sumber rezeki, kebaikan dan juga keberkatan. Sebagaimana Allah SWT mengisyaratkan kepada kita semua akan tingginya kedudukan zaitun.

#### **4. Sejarah Zaitun**

Bukti-bukti sejarah menunjukkan bahwa Suriah adalah tempat pertama tumbuhnya zaitun. Bangsa Suriah telah menanam pohon zaitun sekitar 6.000 tahun sebelum bangsa Semit. Sumber-sumber sejarah juga menunjukkan bahwa bangsa Palestina terkenal dengan zaitun dan sering mengeksport zaitun ke Mesir kuno. Pohon zaitun masuk ke Mesir kuno pada era Hyksos ketika menyerang Mesir pada tahun 1650 SM.

---

<sup>27</sup> Ahmad Salim Badwilan, *Manfaat Minyak Zaitun*.

<sup>28</sup> Cal Orey, *Khasiat Minyak Zaitun Resep Umur Panjang Ala Mediterania*.



Bangsa Funisia mengajarkan penggunaan minyak zaitun sebagai sumber cahaya pada bangsa Yunani. Mereka mengajarkan bangsa Yunani bagaimana membuat lampu dari gerabah yang diberi minyak zaitun untuk penerangan. Bangsa Yunani memberikan hadiah mahkota dari dahan pohon zaitun kepada para pemenang olimpiade. Mereka memberi hadiah botol penuh berisi minyak zaitun pada para pemenang olimpiade. Adapun bangsa Mesir kuno, Yunani, Rumania menjadikan dahan zaitun sebagai salah satu perlambang dalam tulisan kuno mereka.<sup>29</sup>

##### **5. Zaitun Dalam Beberapa Ayat**

Zaitun membawa arti tempat tumbuhnya zaitun yakni di gunung Thusina yang terletak di gurun Sinai Mesir, sesuai dengan firman Allah SWT QS. Al-Mu'minun ayat 20:

وَشَجَرَةً تَخْرُجُ مِنْ طُورِ سَيْنَاءَ تَنْبُتُ بِالذُّهْنِ وَصَبِغٍ لِّلْأَكْلِينَ ﴿٢٠﴾

*dan pohon kayu keluar dari Thursina (pohon zaitun), yang menghasilkan minyak, dan pemakan makanan bagi orang-orang yang makan.*

Selanjutnya didalam zaitun terdapat minyak yang berkualitas. Minyak zaitun adalah minyak yang sangat bagus, berbeda dengan minyak dan lemak lain, yang memberikan kesehatan pada manusia. Minyaknya bisa digunakan sebagai bahan bakar lampu, dan juga untuk lauk dan lula. Kayu dan arangnya digunakan sebagai kayu bakar. Tidak ada satu bagian pun dari pohon ini tidak berguna. Bahkan abunya bisa dimanfaatkan untuk mencuci sutera.<sup>30</sup>

---

<sup>29</sup> Hammad Sa'id, *Kedokteran Nabi*, 2014.

<sup>30</sup> Abdul Malik Abdul Karim Amrullah (HAMKA), *Tafsir Al-Azhar* (Singapura, n.d.).

Beberapa tanda ini menunjukkan bahwa sungguh minyak zaitun adalah pemberian Allah SWT untuk manusia. Pohon zaitun adalah pohon yang paling dulu, yang penuh berkah dan disebut dalam kitab suci (Al-Quran).<sup>31</sup>

Begitu Allah SWT menyebut zaitun dalam Al-Quran, tentu ada sesuatu yang ingin disampaikan Allah SWT dari semua itu. Salah satunya adalah keajaiban dan khasiat minyak yang dihasilkan dari tumbuhan zaitun yang cukup melimpah ruah dan sangat multifungsi bagi orang yang ingin berpikir dan mengambil pelajaran dari ayat-ayat kebesaran Allah SWT seperti di dalam firman-Nya QS. An-Nahl ayat 11:

يُنْبِتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَبَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ  
إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿١١﴾

*Dia menumbuhkan bagi kamu dengan air hujan itu tanam-tanaman; zaitun, korma, anggur dan segala macam buah-buahan. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar ada tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang memikirkan.*<sup>32</sup>

Setiap pohon zaitun yang terdiri daun, dahan, biji, buah dan getah semuanya bermanfaat. Manfaatnya tidak hanya terbatas pada minyak saja. Memakai minyak zaitun juga merupakan sunnah Nabi.

Zaitun adalah salah satu makanan yang baik lagi halal dan tidak asing lagi bagi kita. Allah juga menyebut zaitun dengan sederet nikmat yang telah di karuniakan bagi manusia. Allah menyuruh umat Islam mengambil makanan yang mempunyai dua kriteria yaitu halal dan baik berdasarkan firman-Nya QS. Al-Baqarah ayat 172:

---

<sup>31</sup> Cal Orey, *Khasiat Minyak Zaitun Resep Umur Panjang Ala Mediterania*.

<sup>32</sup> Najmuddin Muhammad, *Mukjizat Makanan Dan Minuman Kesukaan Rasulullah* (Jogja, 2012).

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَتِ مَا رَزَقْنَكُمْ وَأَشْكُرُوا لِلَّهِ إِن

كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ ﴿١٧٦﴾

*Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah.*

Sebagaimana dalam firman lain. Firman Allah SWT QS. Al-Baqarah ayat 168:

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَلًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ

الشَّيْطَانِ ۚ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴿١٦٨﴾

*Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena Sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu.*

Kesemua ayat di atas menerangkan perintah Allah SWT agar manusia mengambil makanan yang baik lagi halal agar mereka mendapat kebaikan dan kesehatan serta mendapat keberkahan hidup dari Allah SWT

## **6. Komposisi Kimia Minyak Zaitun**

Dilansir dari buku Kedokteran Nabi karya Prof. Dr. Sa'id Hammad, minyak zaitun terdiri dari zat-zat minyak yang dinamakan *glesiredat* (Ester) dengan persentase 97% dan zat-zat minyak lainnya. Akan tetapi, di dalamnya juga mengandung fosfor (seperti: lipid, licin) dan berbagai enzim (seperti enzim lipase). Minyak zaitun juga mengandung berbagai vitamin (seperti: vitamin A, B, dan C), zat-zat pewarna (seperti: klorofil, xanthophyll), serta berbagai zat aromatik yang menimbulkan aroma dan rasa yang khas. Terakhir, minyak zaitun mengandung sejumlah kecil mineral (besi, magnesium, dan kalsium), koloid, resin dan air.

Secara umum, asam-asam lemak dalam minyak zaitun dibagi menjadi dua bagian, yaitu:

- a. Asam lemak tak jenuh (dengan kadar 70-80%). Asam jenis ini memiliki keistimewaan yakni menjadi cair pada suhu normal. Ini terbagi menjadi asam oleat dan asam linoleat,
- b. Asam lemak jenuh (dengan kadar 8-10%). Asam jenis ini memiliki kelebihan memadat pada suhu normal. Ini terbagi menjadi asam palmitat dan asam stearat.<sup>33</sup>

Persentase kandungan asam-asam lemak yang menyusun minyak zaitun bisa berbeda sesuai dengan daerah, jenis, proses penanaman, jenis tanah, dan tingkat kematangan buah. Minyak zaitun juga bisa meningkat kadar asam jenuhnya jika tanahnya berlumpur. Kondisi ini juga menyebabkan minyak mudah membeku dan memiliki rasa seperti minyak hewani.

Analisis-analisis kimia menunjukkan bahwa minyak yang berasal dari biji zaitun lebih kaya akan asam linoleat, sedangkan minyak yang berasal dari daging buah zaitun lebih kaya akan asam oleat.

## **7. Ciri Minyak Zaitun**

Minyak zaitun memiliki beberapa ciri, yaitu:

- a. Warnanya hijau kekuning-kuningan dan transparan (ada pula yang kuning keemasan, hijau pekat atau hijau terang dan kuning).
- b. Teksturnya kental hingga cair.
- c. Baunya harum dan khas. Ada pula yang tidak beraroma atau beraroma aneh.
- d. Rasanya berbeda dengan buah zaitun, bahkan terkadang rasa zaitunnya hilang.
- e. Masa penyimpanan mempengaruhi jenis minyak zaitun, baru ataupun lama nya.

---

<sup>33</sup> Hammad Sa'id, *Kedokteran Nabi*, 2014.

## 8. Macam-macam Minyak Zaitun

Minyak zaitun yang diperjual belikan harus disetujui *International Council of Olive Oil*. Berikut adalah jenisnya:

### a. Minyak Zaitun (*Olive Oil*)

Adalah minyak yang dihasilkan dari perasan buah zaitun yang masih segar (baru). Minyak zaitun ini dibagi menjadi 4 kategori:

- 1) Minyak zaitun virgin (*Virgin Olive Oil*): Diolah dengan metode mekanika fisika sederhana tanpa transaksi termal atau kimia. Minyak ini bisa langsung dikonsumsi apa adanya.
  - ✓ *Extra olive oil*: Minyak zaitun virgin yang memiliki aroma dan rasa yang enak, keasamannya tidak lebih dari 1%.
  - ✓ *Fine virgin olive oil*: karakteristiknya sama dengan minyak sebelumnya, akan tetapi keasamannya 1.5%.
  - ✓ *Semi-fine virgin olive oil*: karakteristiknya sama dengan minyak sebelumnya, tetapi keasamannya mencapai 3%.
  - ✓ *Virgin olive oil lampante*: untuk jenis ini tidak bagus dikonsumsi langsung. Sebab, rasa dan aroma kurang enak, tingkat keasamannya juga lebih dari 3.3%. Minyak jenis ini disebut juga dengan Lampante (minyak lampu) dan harus melalui proses penjernihan.
- 2) Minyak zaitun sulungan (*refined olive oil*): Minyak yang dihasilkan dari penjernihan *virgin olive oil* secara berulang yang tidak mempengaruhi struktur kimianya.

- 3) Minyak zaitun ekstra virgin (*extra virgin olive oil*).
  - 4) Minyak zaitun murni (*pure olive oil*): minyak yang dihasilkan dari campuran *refined olive oil* dan *virgin olive oil*. Minyak ini bisa dikonsumsi manusia apa adanya.<sup>34</sup>
- b. Minyak Ampas Zaitun (*pomace olive oil*)
- Adalah minyak yang dihasilkan dari ampas zaitun sisa pemerasan buah zaitun dengan pelarut organik (*heksana benzena*) disertai penjernihan berulang. Minyak jenis ini dibagi menjadi 3 kategori, yaitu:
- 1) Minyak ampas zaitun mentah (*crude pomace oil*)
- Minyak yang dikhususkan untuk disuling berulang-ulang dengan tujuan agar bisa dikonsumsi oleh manusia atau untuk produksi.
- 2) Minyak ampas zaitun sulingan (*refined olive pomace oil*)
- Campuran minyak ampas zaitun yang dihasilkan dari ampas buah zaitun mentah dengan proses penyulingan, namun tidak memengaruhi struktur asam lemak aslinya. Minyak jenis ini sering digunakan untuk dikonsumsi manusia atau dioplos dengan *virgin olive oil*.
- 3) Minyak ampas zaitun (*olive pomace oil*)
- Oplosan minyak ampas zaitun yang disuling ulang dengan *virgin olive oil*. Minyak jenis ini baik dan bisa dikonsumsi oleh manusia.<sup>35</sup>

---

<sup>34</sup> Hammad Sa'id.

<sup>35</sup> *Ibid.*

## Perbedaan Keistimewaan Minyak Zaitun

Jenis Minyak Zaitun	Kualitas minyak	% Asam	Rasa	Dalam keadaan mendidih	Cara penyajian
Extra virgin	Paling baik	Rendah	Enak	Mudah terbakar	Campuran makanan
Virgin	Sedang	Sangat tinggi	Kurang	Aman	Untuk memasak
Refine	Sedang	Sedang	Kurang	Aman	Untuk memasak

### 9. Keistimewaan Pohon Zaitun

Pohon zaitun memiliki keistimewaan yakni mampu berumur panjang. Karenanya, tidak heran bila kita menemukan bahwa pohon zaitun usianya lebih dari 600 tahun di Palestina. Satu pohon zaitun bisa membuahkan 15-20 kg zaitun per tahun. Spanyol, Italia, Yunani, Turki, Tunisia, Portugis, Maroko, Suriah, Aljazair, Argentina dan Prancis adalah negara-negara penghasil minyak zaitun.

Spanyol merupakan produsen minyak zaitun terbesar di dunia dengan menghasilkan 416.000 ton minyak zaitun per tahunnya. Sedangkan Suriah adalah negara Arab pertama yang menanam pohon zaitun dan negara pertama yang mengeksport zaitun untuk negara-negara lain di dunia. Suriah menempati urutan ke-6 dalam ekspor dunia.

Dr. Hasan Syamsi Pasha dalam bukunya, *Zait Az-Zaitun Baina At-Thibb wa Al-Quran* menyebutkan beberapa keistimewaan pohon zaitun yang penuh berkah itu. Beliau menuturkan, “Pohon zaitun memiliki keistimewaan umurnya yang panjang, meski akar pokoknya mati. Dahan-dahannya baru terbentuk di sekitar dasarnya, yang pada akhirnya menumbuhkan pohon baru.”

Pohon zaitun terus berwarna hijau dan daun-daunnya hidup selama 3 tahun, sebelum muncul daun baru. Pada akhir musim semi, pohon zaitun akan berbunga dalam bentuk sekumpulan bunga putih yang jumlahnya mencapai 10-40 bunga dalam setiap kelompok. Namun, hanya 1 dari 20 bunga yang akan menjadi buah zaitun. Bila hujan tidak turun pada musim bunga akan mempengaruhi jumlah buahnya.

Zaitun biasanya berbunga antara bulan Juni hingga Oktober. Minyak zaitun dapat berkualitas baik setelah 6-8 bulan dari masa berbunga. Saat itu, buah zaitun berwarna hitam sebagai tanda telah matang sempurna. Untuk masa panen, biasanya dimulai dari bulan September hingga bulan Maret tahun berikutnya.

Kayu pohon zaitun memiliki warna coklat keemasan yang indah. Bahkan, sebagai penghormatan orang Rumania terhadap kayu pohon zaitun, mereka melarang keras menjadikannya sebagai kayu bakar.

Sedangkan, daun pohon zaitun menurut para dokter herbal memiliki banyak manfaat ketika direbus dengan air, lalu diminum saat tekanan darah tinggi. Ia juga dapat membantu melancarkan buang air kecil. Untuk biji zaitun setelah diperas bisa digunakan untuk pembakaran, seperti juga bisa digunakan untuk pupuk tanaman.<sup>36</sup>

#### **10. Efek Samping Minyak Zaitun**

Minyak yang dihasilkan dari berbagai tumbuhan (seperti minyak zaitun, minyak kapas, minyak jagung, dan minyak kedelai), tidak mengandung asam jenuh, seperti yang dikandung dalam minyak hewani. Oleh sebab itu, minyak jenis ini tidak menyebabkan kolesterol dan berbagai efek berbahaya. Di antara minyak nabati yang paling baik kualitasnya adalah minyak zaitun.

---

<sup>36</sup> Hammad Sa'id.



Para pakar dan peneliti ilmu kedokteran mengatakan, “Minyak zaitun begitu istimewa sebab memiliki banyak keutamaan dibanding minyak lainnya. Minyak zaitun akan memberi kesehatan dan kebaikan kepada manusia karena sangat mudah dicerna. Minyak zaitun mengandung beberapa macam vitamin yang penting bagi tubuh. Salah satu diantaranya adalah vitamin D yang menjaga anak-anak dari penyakit lumpuh dan rakitis. Ia juga dapat menambah daya pikir dan kecerdasan. Minyak zaitun sangat beraroma sehingga dapat menambah selera makan. Minyak zaitun kaya akan vitamin E yang sangat baik untuk menyuburkan dan memperkuat fungsi reproduksi manusia, sangat baik untuk memberikan kekuatan seksual pada orang dewasa.”<sup>37</sup>

#### 11. Nilai Gizi Minyak Zaitun

Minyak zaitun merupakan jenis minyak yang paling baik dan mudah dicerna. Itu dikarenakan minyak zaitun tersusun dari zat-zat lemak dan berbagai zat lainnya yang sederhana strukturnya. Zat-zat ini memiliki peran yang istimewa dalam menyuplai zat pada jaringan otak sehingga meningkatkan kecerdasan seseorang. Oleh karenanya, minyak zaitun sangat ideal untuk menyuplai lemak tubuh yang diperlukan setiap harinya, yakni 25-30% total kalori per hari.

Minyak zaitun terbentuk dari 70% buah zaitun yang terdiri dari *pellicer* dan asam. Di antara asam-asam yang penting adalah stearat, linolenat, dan palmitat. Setiap 100 gram zaitun mengandung zat-zat sebagai berikut:

✓ 90 gr protein	✓ 36 mg klorin
✓ 61 mg kalsium	✓ 4.4 gr serat
✓ 22 mg magnesium	✓ 180 mikrogram beta karotin
✓ 17 mg fosfor	✓ 3-30 mg vitamin K
✓ 1 mg besi	✓ Sedikit vitamin B
✓ 0.22 mg tembaga	

---

<sup>37</sup> *Ibid.*

Mengonsumsi 100 gram zaitun akan memberikan 103 kalori. Perlu diketahui pula bahwa zaitun mengandung sedikit gula.

Dari daging buah zaitun, dihasilkanlah minyak zaitun yang keasamannya 0.3%. Minyak dari daging buah zaitun ini merupakan jenis minyak yang paling baik. Jenis-jenis minyak dari buah zaitun bisa dibagi menjadi beberapa jenis, yaitu:

- a. *Akherid Olive Oil*: rasanya kurang enak. Agar baik dikonsumsi oleh manusia, minyak ini harus disuling berulang-ulang.
- b. *Virgin Olive Oil*: minyak yang memiliki rasa dan aroma yang lezat. Minyak jenis ini dihasilkan dari petikan pertama buah zaitun. Ada yang berkualitas tinggi, berkualitas baik, atau sedang.
- c. *Olive Pomace Oil*: minyak yang dihasilkan dari ampas zaitun dan digunakan untuk industri sabun.
- d. *Medic Olive Oil*: dihasilkan dari daging buah zaitun yang bagus dan digunakan untuk bahan-bahan kecantikan.
- e. Minyak Industri: dihasilkan dari daging buah zaitun dan digunakan untuk tujuan industri.<sup>38</sup>

## **12. Jenis-jenis Pohon Zaitun**

Ada beberapa jenis pohon zaitun. Di antaranya:

- a. Pohon zaitun darat, yang biasa tumbuh di daerah laut Mediterania dan memberikan minyak yang melimpah.
- b. Pohon zaitun Eropa. Ini mencakup 3 jenis zaitun yang terkenal, yaitu:
  - 1) Olea Europe Ewawediteuarea
  - 2) Lape Vini
  - 3) Vari

---

<sup>38</sup> Hammad Sa'id.

Di dunia, ada beratus-ratus jenis pohon zaitun yang kualitasnya berbeda satu sama lain. Ini dikarenakan kondisi cuaca, tanah, atau disesuaikan dengan tujuan penggunaannya (untuk bahan makanan atau menghasilkan minyak).

Beberapa jenis zaitun terkenal dengan rasanya yang enak dan biasanya berwarna hijau, seperti zaitun Spanyol dan Prancis. Namun, sebagian jenis zaitun lainnya terkenal dengan rasanya yang lezat ketika matang sempurna, yaitu zaitun Yunani.

Tidak ada perbedaan antara zaitun hijau dan zaitun hitam. Kedua zaitun tersebut pada awalnya juga berwarna hijau, kemudian berubah menjadi hitam, seperti zaitun ketika sudah matang sempurna. Setelah matang pun, sering terjadi perubahan warna, dari hijau ke merah muda, lalu cokelat, kemudian ungu pekat, lantas hitam, setelah itu gelap kelam dan hitam kemerahan.

Tinggi pohon zaitun bisa mencapai 15 meter. Tetapi, kebanyakan para petani zaitun memotong dahan-dahannya hingga tingginya tidak mencapai 1 meter. Ini dilakukan agar mudah dipetik dan dipanen. Pohon ini banyak ditemui di negara-negara laut Mediterania. Pohon zaitun tahan panas dan mudah dalam perawatannya. Batang kayu zaitun sangat bagus dan kuat. Orang-orang yang sering membuat wadah dan perabotan darinya.<sup>39</sup>

### **13. Membedakan Zaitun Asli dan Zaitun Palsu**

Minyak zaitun asli berwarna hijau pekat. Untuk mengetahui mana minyak zaitun yang asli adalah dengan pengujian sederhana dan cepat, yaitu:

- a. Teteskan 1 sendok teh minyak zaitun ke atas telapak tangan
- b. Gosokkan kedua tangan dengan cepat selama 1 menit
- c. Setelah itu, ciumlah aroma minyak zaitun

---

<sup>39</sup> Hammad Sa'id.

- d. Jika Anda merasakan panas dan aroma kuat di tangan Anda, berarti minyak zaitun tersebut asli.<sup>40</sup>

### C. Pengakuan Dunia akan Minyak Zaitun

#### Minyak Zaitun dalam literatur Arab Kuno

1. Daud Al-Anthaki dalam kitab *Tadzkirat Dawud*

Minyak zaitun adalah minyak yang dihasilkan dari perasan zaitun. Minyak zaitun adalah minyak yang diambil setelah perasan pertama masih berwarna hitam, kemudian ditumbuk halus, dicampur dengan air panas sebanyak dua kali hingga keluar minyak di atas air. Minyak ini dinamakan dengan minyak *anfaq*. Minyak ini bersifat dingin dan mudah kering. Buah yang matang diperas kemudian dimasak dengan air. Setelah matang, lalu diperas lagi dengan alat pemeras untuk menghasilkan minyak.

Penasaran dengan rasanya? Minyak zaitun memiliki rasa tawar. Namun, di pasar adapula minyak zaitun yang bersifat kering dan agak panas. Meskipun demikian, keduanya dinamakan oleh orang-orang Irak dengan *Ar-Rukabi* (tunggangan). Sebab, mereka membawanya di atas unta.

Minyak zaitun ada yang terasa asin dan berbau busuk. Ini adalah minyak yang jelek. Dalam *Tadzkirat* nya, Al-Anthaki menyebutkan, “Sebaik-baik minyak adalah minyak *anfaq*, tidak terlalu panas dan tidak terlalu tajam, menyuburkan badan, mengkilatkan warna, membersihkan darah, dan menghaluskan kulit.”

Daud Al-Anthaki menyebutkan betapa pentingnya minyak zaitun. Beliau menyebutkan beberapa manfaat medis minyak zaitun, di antaranya:

- a. Apabila diminum dengan air panas, akan menenangkan rasa mulas di lambung.

---

<sup>40</sup> *Ibid.*

- b. Mengobati usus besar (colon).
- c. Mengusir cacing-cacing.
- d. Menghancurkan batu ginjal dan memperbaiki sistem ginjal.
- e. Suntikan dengan minyak zaitun akan menenangkan persendian.
- f. Menghilangkan rasa sakit punggung.
- g. Mencegah tumbuhnya uban, memperindah rambut, dan mencegah kerontokan.
- h. Memutus penyebaran penyakit menular dan menguatkan organ-organ tubuh.
- i. Bercelak dengan minyak zaitun akan mencegah rabun dan mempertajam penglihatan.
- j. Sangat berkhasiat untuk mengobati kudis dan sariawan.

Daud Al-Anthaki menyebutkan bahwa minyak zaitun akan semakin bagus apabila disimpan dalam jangka waktu lama. Bahkan, ia mengatakan, “Andai saja minyak zaitun mencapai 7 tahun maka manfaatnya akan semakin baik dibandingkan minyak Albulsan.”

Beliau menambahkan, “Zaitun merupakan pohon yang memiliki manfaat sangat besar. Zaitun ditanam mulai antara Oktober hingga Desember. Kemudian, ia dibiarkan hingga 4 tahun. Ia akan awet selama 1.000 tahun. Jika daunnya dikunyah, dapat bermanfaat untuk menghilangkan kerusakan gusi, sariawan, dan radang tenggorokan.”<sup>41</sup>

## 2. Abu Bakar Ar-Razi dalam kitab Ar-Rai

Abu Bakar Ar-Razi menggambarkan berbagai manfaat minyak zaitun, “Dapat mendinginkan perut dan jiwa, menghilangkan gangguan lemak dalam makanan, serta memperkuat lambung. Sedangkan, minyak zaitunnya sendiri mempunyai manfaat lebih dari itu.”

---

<sup>41</sup> Hammad Sa'id, *Kedokteran Nabi* (Solo, 2014), h. .

3. Ibnul Qayyim dalam kitab *At-Thibb An-Nabawi*

Ibnul Qayyim Al-Jauziyah menuturkan, “Minyak zaitun adalah minyak yang panas dan basah. Minyak yang dihasilkan tergantung dari pohon zaitun itu sendiri. Minyak yang diperas dari buah yang sudah matang, akan lebih bagus dan berkualitas. Sementara buah yang masih mentah bersifat dingin dan kering. Untuk zaitun merah, akan menghasilkan minyak yang jenisnya berada di antara kedua jenis minyak zaitun tersebut.”

Ibnul Qayyim menuturkan bahwa semua jenisnya sangat bagus untuk menghaluskan kulit dan memperlambat tumbuhnya uban. Air zaitun asin dapat mencegah kebakaran kulit secara perlahan dan memperkuat gusi. Daun zaitun juga bermanfaat untuk mengobati penyakit kulit (*humrah*), luka bernanah dan infeksi, serta mencegah keringat.

4. Ibnu Sina dalam kitab *Al-Qanun fi At-Thibb*

Dalam kitabnya, Ibnu Sina mengemukakan zaitun dengan gaya bahasa yang singkat dan padat. Ia mengatakan, “Zaitun adalah pohon yang agung. Ia tumbuh di beberapa negara. Dari zaitun yang mentah terkadang bisa dihasilkan minyak zaitun ataupun zaitun *mudrak*. Zaitun *anfaq* adalah zaitun yang dihasilkan dari zaitun mentah.”

5. Adz-Dzahabi dalam kitab *At-Thibb An-Nabawi*

Adz-Dzahabi menyebutkan dalam *At-Thibb An-Nabawi*, dari Uqbah bin Amir, “Hendaklah kalian menggunakan minyak zaitun. Konsumsi lah minyak zaitun dan berminyaklah dengan minyak zaitun. Sebab, minyak zaitun sangat bermanfaat menghilangkan wasir.” (Diriwayatkan oleh Ibnu Al-Jauzi).

Dalam satu riwayat disebutkan, “Barang siapa yang berminyak dengan minyak zaitun, ia tidak didekati setan.” Rasulullah pernah meniupkan minyak zaitun dan

*wares* pada orang yang menderita radang selaput dada (*pleuropneumonia*).

Zaid bin Arwam meriwayatkan bahwa Nabi bersabda, “Minyak zaitun dan wares sangat bermanfaat bagi penderita radang selaput dada (*pleuropneumonia*).”

Adz-Dzahabi mengatakan, “Orang mengatakan bahwa minyak zaitun adalah penawar bagi orang-orang miskin.”<sup>42</sup>

## **D. Testimoni Dunia Barat dan Timur dengan Minyak Zaitun**

### **1. Testimoni Kedokteran Barat**

Dokter barat telah lama memperhatikan minyak zaitun. Mereka pun menjadikan minyak zaitun sebagai obyek penelitian dan analisa mereka. Mereka melakukan berbagai kajian dalam waktu yang sangat lama agar hasil yang dicapai valid dan bermanfaat.

dr. William Castelli, direktur peneliti di kota Birmingham, Inggris mengatakan: “Ada satu minyak, yang sepanjang catatan sejarahnya sangat aman digunakan, yaitu minyak zaitun. Minyak zaitun telah dikonsumsi dari generasi ke generasi. Istimewanya, setiap generasi tersebut memiliki badan yang sehat dan jarang terkena penyakit jantung. Berbagai catatan pengaruh positif minyak zaitun ini membuat kami merasa amat tenang untuk menggunakannya.”

Dr. Oherns dari Universitas Kofler, New York menuturkan, “Kita tahu betul bahwa konsumsi penduduk di daerah laut Mediterania terhadap minyak zaitun membuat mereka jarang terkena sakit jantung koroner.”

Pada kesempatan lain, dr. Castlli mengingatkan berbagai manfaat minyak zaitun di daerah laut Mediterania. Ia menyatakan, “Meskipun manusia yang tinggal di Mediterania mengonsumsi lemak jenuh yang terkandung dalam daging kambing, krim, mentega, dan keju, namun di samping itu

---

<sup>42</sup> Hammad Sa'id, *Kedokteran Nabi*, 2014, h. 176.

mereka juga menggunakan minyak zaitun sebagai bahan utama dalam memasak menu makanan. Inilah alasannya mengapa penyakit jantung koroner tak banyak terjadi pada mereka.”

Lebih lanjut, dr. Castelli menyatakan, “Sebenarnya, cara yang terbaik untuk memasak dan menyajikan menu makanan adalah dengan menggunakan minyak zaitun sebagai bahan utama, dan menggunakan sedikit minyak jagung atau minyak bunga matahari. Tubuh hanya membutuhkan sedikit saja dari kedua jenis minyak yang terakhir ini. Minyak tersebut kaya akan lemak tak jenuh.”

Sementara itu, dr. Trevesan, dari Universitas New York, telah mencatat beberapa manfaat minyak zaitun dalam sebuah penelitian yang dipublikasikan dalam majalah *Gamma* tahun 1990. Ia menyebutkan, “Berbagai kajian modern menegaskan bahwa ada banyak efek positif dari minyak zaitun terhadap penyakit jantung koroner. Meskipun kajian tersebut terpusat pada lemak darah (lipid), tetapi sejumlah kajian ilmiah menunjukkan bahwa minyak zaitun juga sangat berguna bagi para penderita penyakit diabetes dan hipertensi.”<sup>43</sup>

Dr. William dari Universita Stadtrkord telah melakukan kajian terhadap 76 orang yang tidak mengidap penyakit liver untuk mengetahui pengaruh minyak zaitun terhadap tekanan darahnya. Para peneliti menemukan bahwa tekanan darah benar-benar dapat menurun setelah mengonsumsi minyak zaitun pada makanan sehari-hari.

Ada suatu penelitian yaitu seekor tikus selamat dari kanker. Para peneliti yang dipimpin oleh dr. Masmameto, di fakultas kedokteran, Kobe meletakkan tikus percobaan di bawah sinar matahari selama 3 kali dalam seminggu. Setelah dipanaskan selama 5 menit, mereka melumasi tikus-tikus kelompok pertama dengan minyak zaitun yang berkualitas baik. Tikus kedua dengan minyak zaitun biasa. Sedangkan, tikus ketiga tidak diberi minyak zaitun.

---

<sup>43</sup> Hammad Sa'id.



Setelah 18 minggu, terlihat adanya tumor-tumor kanker pada kelompok tikus yang tidak diberi minyak zaitun. Adapun tikus yang telah diberi minyak zaitun biasa keadaannya sedikit lebih baik. Sedangkan, tikus yang diberi minyak zaitun dengan kualitas baik tidak terlihat adanya efek kanker kulit, kecuali setelah 6 bulan.

## **2. Testimoni Kedokteran Timur**

Dr. Azizah Abdul Aziz menuturkan bahwa nutrisi yang terdapat dalam minyak zaitun sangat bermanfaat bagi tubuh, di antaranya adalah kandungan vitamin yang lengkap. Lebih lanjut, ia juga menunjukkan bahwa minyak zaitun memiliki nutrisi tambahan. Dengannya, minyak zaitun baik untuk membersihkan usus, mengobati gusi, menguatkan jantung, melarutkan kolesterol yang meresap ke dinding pembuluh darah, serta mengaktifkan sekresi empedu dari kantong empedu.

Menurut dr. Azizah, minyak zaitun hitam mampu memberikan kalori lebih tinggi daripada minyak zaitun hijau, yakni mencapai 191 kalori dalam setiap 100 gram zaitun hijau. Secara umum, minyak zaitun mengandung kalsium, fiber, seng, dan fosfor dengan persentase kecil dan berbeda dalam setiap jenisnya.

Minyak zaitun mengandung vitamin A, vitamin D, vitamin C, dan vitamin B kompleks. Minyak zaitu juga mengandung banyak garam mineral internal, di antaranya: potasium, kalsium, dan besi, oleh karenanya, para ilmuwan menyebut minyak zaitun dengan minyak baik, karena rasanya enak, nutrisi dan kalornya tinggi.

Adapun fungsi dan sifatnya adalah:

- a. Tidak larut dalam air yang lebih sedikit darinya. Selain itu, minyak zaitun mudah dan ringan.
- b. Minyak zaitun dapat digunakan sebagai sabun jika dicampur dengan alkali.
- c. Non-kolesterol, mencegah penuaan, melindungi lambung dan usus, serta mengaktifkan sekresi kalori.

- d. Mengurangi resiko pembentukan batu ginjal.

### **E. Rahasia Karakteristik Zaitun**

Ceremon Diaz, pakar kimia Spanyol, *olive oil tester*, konsultan teknis, di kota Malacca, memberikan pernyataan bahwa 80% minyak zaitun mengandung asam lemak tak jenuh yang mencegah terjadinya oksidasi.<sup>44</sup> Sehingga membantu menjaga kadar kolesterol. Sedangkan, kadar lemak jenuhnya hanya 4-12%.

Diaz menambahkan, “Minyak zaitun mengandung 2 unsur penting, yaitu vitamin E dan polyphenol. Kedua unsur ini bekerja secara serasi dengan unsur-unsur lain untuk menguatkan fisik. Dua unsur tersebut juga mencegah terjadinya oksidasi asam lemak, sehingga dapat mengurangi bahaya pengerasan pembuluh darah dan bahaya beberapa jenis kanker.

Sedangkan. Di kota Kalamata, Yunani, terkenal dengan zaitun hitam asin. Menurut Sardelas, pendiri dan direktur salah satu pabrik sabun di kota Peloponnesia, “Sejak 40 tahun yang lalu, saya mulai bekerja dan mempunyai pemeras minyak zaitun. Sebagian orang memintaku untuk membuat sabun. Aku pun mencoba membuatnya. Pegawai perempuanku yang sudah menopause mengajarku cara membuatnya.

Saya membeli hasil perasan minyak zaitun yang baru, kemudian mencampurkannya dengan soda kaustik dan sabun batangan. Lalu, semua bahan-bahan tersebut dipanaskan selama 12 jam dalam tangki yang dasarnya berbentuk kerucut. Ketika mulai mengkristal, saya mulai membuang soda kaustik yang mengalir melalui dasar tangki. Kemudian campuran itu saya bersihkan dengan air garam untuk menghilangkan kotoran-kotoran yang tersisa.

Sardelas menambahkan, “Orang-orang telah mengenal bahwa sabun yang dibuat dengan cara tradisional lebih baik daripada sabun kimia lainnya. Sabun ini tahan lama, bisa digunakan untuk mencuci apa saja. Anda juga bisa menggunakannya untuk membersihkan mesin

---

<sup>44</sup> Apabila minyak zaitun teroksidasi, dapat menyebabkan bahaya pada pembuluh darah. (n.d.).

cuci. Sabun ini juga dipakai oleh sebagian dokter untuk mensterilkan tangan mereka.”

#### **F. Minyak Zaitun Dalam Lingkup Ruqyah Syar’iyyah**

Minyak zaitun banyak digunakan untuk memasak dan juga sebagai minyak. Allah SWT berfirman:

وَشَجَرَةً تَخْرُجُ مِنْ طُورِ سَيْنَاءَ تَنْبُتُ بِالدُّهْنِ وَصِبْغٍ لِلْأَكْلِينَ ﴿٢٠﴾

20. dan pohon kayu keluar dari Thursina (pohon zaitun), yang menghasilkan minyak, dan pemakan makanan bagi orang-orang yang makan. (QS. Al-Mu’minun:20)

Karena zaitun itu bisa digunakan sebagai minyak, maka peruqyah bisa saja memanfaatkan minyak zaitun ketika meruqyah dalam bentuk berikut ini:

1. Jika pasien yang terkena gangguan jin tersebut mengalami rasisakit pada bagian tubuh tertentu, sehingga minyak zaitun tersebut dapat meringankan rasa sakitnya.
2. Jika jin tersebut diketahui terdapat di anggota tubuh tertentu, misalnya punggung, paha, leher atau tangan, maka bagian tubuh tersebut dapat diolesi minyak zaitun, atau dengan cara disemprotkan sehingga dapat menimbulkan reaksi dari jin tersebut dan dapat mengusir bangsa jinnya.

Adapun jika jin tersebut menyebabkan gangguan pada akal nya, minyak zaitun tersebut tidaklah dibutuhkan. Oleh karena itu, tidak selayaknya bagi peruqyah untuk menyarankan penggunaan minyak zaitun kepada semua orang yang terkena gangguan jin, sihir atau ‘ain, tanpa melihat terlebih dahulu kondisi orang tersebut.

Minyak zaitun tidak hanya baik untuk kesehatan karena kandungan alami di dalamnya. Minyak zaitun juga bisa digunakan sebagai media ruqyah, seperti yang telah disampaikan diatas, dan ini telah dilakukan oleh Rasulullah SAW, sebelum menggunakan minyak

zaitun tersebut memang baiknya untuk membaca doa atau ayat-ayat ruqyah terlebih dahulu.<sup>45</sup>

## **G. Minyak Zaitun dapat Melembabkan Rambut**

Tidak hanya digunakan sebagai pengganti minyak goreng, media ruqyah, maupun bahan untuk pijit. Minyak zaitun dapat dimanfaatkan untuk merawat rambut. Kandungan vitamin dan mineral pada minyak zaitun membuatnya cukup populer sebagai perawatan rambut. Minyak zaitun sudah dikenal sejak masa Nabi Muhammad SAW, dan juga sudah lama dikenal sebagai bahan alami untuk merawat rambut. Pasalnya, minyak dari ekstrak zaitun ini bersifat melembapkan, sehingga baik digunakan pada rambut. Minyak zaitun ini kerap dijadikan kondisioner karena zaitun dipercaya dapat membuat rambut semakin bersinar, lembut, dan kuat.. berikut khasiat minyak zaitun untuk kesehatan rambut:

### **1. Menjaga Kelembapan Rambut**

Penelitian dari *International Journal of Trichology* menyebutkan bahwa minyak berperan penting dalam menjaga rambut dari kerusakan. Hal inilah yang mungkin dikarenakan beberapa minyak termasuk minyak zaitun, dapat terserap hingga ke batang rambut. Minyak zaitun juga membantu mengurangi jumlah air yang diserap oleh rambut, sehingga mengurangi resiko rambut mengembang.

Bila rambut tidak terlalu mengembang, setiap helainya tidak akan menyusut dan mengurangi tekanan yang disebabkan oleh rambut. Dengan begitu, kulit kepala terhindar dari kerusakan. Minyak zaitun dapat digunakan pada setiap jenis rambut, terutama rambut kering. Pemilik rambut kering mungkin membutuhkan manfaat dari minyak rambut yang satu ini untuk menjaga kelembapan kulit kepala agar tidak cepat kering dan terkelupas.

---

<sup>45</sup> muslim.or.id, “Rukyah Dengan Madu, Habbatussauda Dan Minyak Zaitun,” n.d., <http://muslim.or.id/44586-rukya-dengan-madu-habbatus-sauda-dan-minyak-zaitun.html>.

## 2. Menambah Kilau Alami Rambut

Selain menjaga kelembapan, minyak zaitun juga berguna untuk menambah kilau alami rambut. Dasarnya, kandungan vitamin A dan antioksidan pada minyak zaitun berperan melindungi keratin rambut dan menjaga kelembapannya. Alhasil, minyak zaitun mungkin dapat mengurangi penumpukan sebum (minyak alami) yang menghambat pertumbuhan folikel dan rambut. Hal ini yang membuat rambut menjadi lebih berkilau karena pertumbuhan rambut baru. Tidak hanya itu, kandungan asam oleat, asam palmitat, dan squalen pada minyak zaitun juga berguna untuk membuat rambut lebih sehat dan lembut.

## 3. Membantu Mengurangi Ketombe

Seperti yang sudah disebutkan diatas bahwa minyak zaitun berfungsi melembapkan kulit kepala ini juga bermanfaat bagi pemilik rambut kering dan kulit kepala yang mudah mengelupas. Tingkat kelembapan yang seimbang pada kulit kepala mengurangi jumlah kulit yang terkelupas yang menjadi salah satu penyebab munculnya ketombe. Meski bukan obat ketombe, minyak zaitun setidaknya membantu mengurangi jumlah serpihan-serpihan putih ini. Minyak zaitun memang menawarkan manfaat yang banyak bagi kesehatan rambut. Namun, penelitian lebih lanjut masih dibutuhkan untuk melihat tingkat efektivitas dari bahan alami ini sebagai perawatan rambut, terutama untuk menumbuhkan rambut.

Cara menggunakan minyak zaitun untuk rambut terdiri dari beberapa bagian:

1. Tuangkan minyak zaitun ke telapak tangan.
2. Oleskan ke bagian bawah rambut dengan berfokus pada ujungnya
3. Kumpulkan rambut hingga berada dibagian atas kepala
4. Tutupi rambut dengan handuk lembap yang hangat
5. Biarkan selama 20 menit
6. Bilas rambut dengan air hingga bersih

7. Bila memiliki rambut berminyak, sebaiknya bilas rambut dengan shampoo.<sup>46</sup>

## **H. Mengonsumsi Minyak Zaitun Menyembuhkan Sakit di Perut**

Saat perut kosong meminum 1 sendok minyak zaitun maka akan memperoleh kesehatan. Berikut manfaatnya:

1. Menyembuhkan sakit usus besar  
Minyak zaitun melindungi sel dari kerusakan yang mengarah pada kanker. Minyak zaitun juga dapat menyembuhkan sakit pada usus besar dan memberikan bantuan saat sedang sembelit.
2. Membuat kulit, rambut, kuku, dan tulang menjadi lebih sehat  
Minyak zaitun bermanfaat untuk kulit, kuku, dan rambut. Minyak zaitun membantu melembutkan, memperbaiki, memelihara, melembabkan dan meningkatkan pertumbuhan kuku dan rambut. Minyak zaitun digunakan juga untuk masker rambut atau kulit, tetapi minyak zaitun akan lebih membantu ketika dikonsumsi untuk internal.
3. Membersihkan hati  
Hati memiliki fungsi yang sangat penting bagi tubuh karena membersihkan semua sistem internal tubuh. Tetapi, kadang perlu detoksifikasi hati dan dapat melakukannya dengan minyak zaitun. Untuk mendapatkan hasil terbaik, campurkan 2 sendok makan minyak zaitun dan jus ½ lemon, lalu diminum.

---

<sup>46</sup> hellosehat.com, “Perawatan Rambut Dengan Minyak Zaitun,” n.d., <https://www.google.com/amp/s/hellosehat.com/penyakit-kulit/perawatan-rambut/minyak-zaitun-untuk-rambut/%3Famp=1>.

4. Membantu penurunan berat badan  
Minyak zaitun mengandung sejumlah besar asam lemak, yang merupakan jenis lemak sehat yang dapat memberi rasa kenyang.
5. Meningkatkan sistem kekebalan tubuh  
Asam lemak dalam minyak zaitun memainkan peran besar dalam fungsi kekebalan tubuh.
6. Melindungi hati  
Ada dua jenis kolesterol: LDL (jenis yang buruk) dan HDL (jenis yang baik). Salah satunya cara untuk meningkatkan HDL dalam tubuh maka dengan memakan makanan Mediterania, meliputi biji-bijian, sayuran, buah-buahan, dan minyak zaitun.
7. Mengurangi peradangan  
Minyak zaitun bekerja seperti ibuprofen untuk mengurangi radang di dalam tubuh. Penelitian telah menunjukkan bahwa 3-3 sendok makan minyak zaitun bertindak seefektif 1-% dari dosis ibuprofen.
8. Mengontrol kadar gula darah  
Minyak zaitun secara signifikan dapat menurunkan kadar kolesterol dan glukosa darah. Hal ini berarti minyak zaitun sangat berguna untuk penderita diabetes dan untuk sistem kardiovaskular.
9. Melindungi otak  
Minyak zaitun membantu otak yang membutuhkan oksigen (hampir 20% dari semua asupan) dan menderita radikal bebas. Minyak zaitun juga mencegah alzheimer dan penurunan mental, meningkatkan memori dan mengurangi risiko depresi.<sup>47</sup>

---

<sup>47</sup> sajiansedap.grip.id, “Manfaat Menakjubkan Minum 1 Sendok Minyak Zaitun,” n.d., <https://www.google.com/amp/s/sajiansedap.grid.id/amp/102385565/cuma-minum-1-sendok-minyak-zaitun-saat-perut-kosong-jangan-kaget-rasakan-manfaat-menakjubkan-ini-pada-tubuh>.

## **I. Efektivitas Sirkulasi Darah**

Sebuah studi di Spanyol mengatakan bahwa unsur fenol dalam minyak zaitun memberi banyak manfaat bagi tubuh. Sebab, ia mengandung materi antioksidan dan anti radang serta mencegah pembekuan darah.

Percobaan laboratorium yang dilakukan oleh Francisco Perez Jimenez, dari rumah sakit Universitario Reina Sofia di Cordoba dan timnya, menunjukkan bahwa fenol dapat memperbaiki pembuluh-pembuluh darah jantung dan memberikan perlindungan sempurna pada jantung.

Jimenez dan timnya pernah membandingkan pengaruh mengonsumsi minyak zaitun yang kaya akan fenol dengan minyak zaitun minim kandungan fenolnya terhadap 21 relawan dengan tingkat kolesterol tinggi dalam darah.

Para peneliti mengukur kemampuan pembuluh darah dari para relawan untuk merespons perubahan yang cepat dalam aliran darah setelah memakan makanan yang kaya akan lemak, yang mengandung minyak zaitun yang kaya akan fenol, atau yang minim fenolnya.

Para peneliti menyimpulkan bahwa respons dan kerja pembuluh darah meningkat pada jam keempat setelah mengonsumsi makanan yang mengandung minyak zaitun yang kaya akan komposisi fenol. Akan tetapi, tidak ada perbedaan pada fungsi kerja pembuluh darah sesudah relawan tersebut mengonsumsi makanan yang mengandung minyak zaitun minim fenolnya.

Para peneliti juga sampai pada sebuah kesimpulan bahwa oksida nitrat mengalami peningkatan dalam memperluas pembuluh darah dan menurunkan tingkat partikel oksidasi setelah mengonsumsi makanan yang kaya akan fenol.

Jimenez mengatakan bahwa para konsumen hendaklah mencari minyak zaitun yang berjenis virgin atau extra virgin, yang keduanya mengandung komposisi fenol lebih tinggi.

Jimenez dan timnya juga menunjukkan bahwa fenol memiliki efek sebagai antioksidan dan membantu tubuh agar memperoleh manfaat dari oksida nitrat seefektif mungkin.



## **J. Minyak Zaitun Melindungi Pembuluh Darah dari Penyakit**

Dr. Imran memberikan petunjuk dalam ceramahnya di Oman bahwa orang yang selalu mengonsumsi 2 sendok minyak zaitun setiap hari, akan mengurangi terjadinya pengendapan lemak di dalam pembuluh darah. Sebab, minyak zaitun kaya akan zat asam lemak. Zat asam lemak ini efektif dalam mengobati berbagai macam penyakit, di antaranya luka pada lambung, penyakit liver, dan pengerasan pembuluh darah. Berbagai kajian yang dilakukan oleh para peneliti tersebut tidak berhenti sampai di sini saja. Adapun hasil kajian lainnya bahwa minyak zaitun dapat menguatkan tulang anak-anak dan orang dewasa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Malik Abdul Karim Amrullah (HAMKA). *Tafsir Al-Azhar*. Singapura, n.d.
- Ahmad Salim Badwilan. *Manfaat Minyak Zaitun*. Sukarta: Thibbia, 20120.
- Alhogbi, Basma G. “Landasan Teori Tentang Khasiat.” *Journal of Chemical Information and Modeling* 53, no. 9 (2017): 21–25. <http://www.elsevier.com/locate/scp>.
- Ali, Misbahuddin, and Desa Benda. “Program Studi Ilmu Al- Qur’an Dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Adab Dan Humaniora Institut Agama Islam Negeri (Iain) Purwokerto 2020,” 2020.
- Apabila minyak zaitun teroksidasi, dapat menyebabkan bahaya pada pembuluh darah. (n.d.).
- Atik Wartini. “Corak Penafsiran M. Quraish Shihab Dalam Kitab Tafsir Al-Misbah” 11 (n.d.): 109–26.
- BPS Kota Bandar Lampung. Luas Wilayah Kota Bandar Lampung menurut Kecamatan Tahun 2014 (km<sup>2</sup>) (2021). <https://bandarlampungkota.bps.go.id/statictable/2015/12/08/9/lu>

as-wilayah-kota-bandar-lampung-menurut-kecamatan-tahun-2014-km2-.html.

Cal Orey. *Khasiat Minyak Zaitun Resep Umur Panjang Ala Mediterania*. Jakarta, 2008.

Daring, KBBI. “Pengertian Khasiat,” 2016.

<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/Khasiat>.

Firdaus M. Aziz. *Metode Penelitian*. Edisi Pert. Tangerang Selatan, 2012.

Hammad Sa'id. *Kedokteran Nabi*. Solo, 2014.

———. *Kedokteran Nabi*. Solo, 2014.

hellosehat.com. “Perawatan Rambut Dengan Minyak Zaitun,” n.d.

<https://www.google.com/amp/s/hellosehat.com/penyakit-kulit/perawatan-rambut/minyak-zaitun-untuk-rambut/%3Famp=1>.

HR.Ahmad:IV/132, Ibnu Hibban:II/449 dan Baihaqi dalam Syubul Iman:V/28. “Syubul Iman:,” n.d.

- <http://repository.uin-suska.ac.id/6290/3/BAB%20II.pdf>. “BAB II Tinjauan Umum Tentang Zaitun” 53, no. 9 (1981): 1689–99.
- Lampung, Universitas Islam Negeri Raden Intan. “Pedoman Penulisan Tugas Akhir Mahasiswa Program Sarjana” 53, no. 9 (2019): 1689–99.
- M. Quraish Shihab. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Quran*. Jakarta: Lentera Hati, 2001.
- Made Astawan. *Fakta Dan Manfaat Minyak Zaitun*. Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara, 2015.
- Maulana Firdaus. “Kamus Besar Bahasa Indonesia.” Fajar Mulia, 2010.
- Muflih, Andi. “Pengobatan Dalam Islam,” 2013, 1–148.
- muslim.or.id. “Rukyah Dengan Madu, Habbatussauda Dan Minyak Zaitun,” n.d.  
<http://muslim.or.id/44586-rukayah-dengan-madu-habbatus-sauda-dan-minyak-zaitun.html>.
- Najmuddin Muhammad. *Mukjizat Makanan Dan Minuman Kesukaan Rasulullah*. Jogja, 2012.
- RI, Tafsir Kemenag. *TUMBUHAN Dalam Perspektif Al-Quran Dan Sains*. Jakarta, 2011.
- Rina, Hayati. “Pengertian Studi Kasus, Jenis, Tujuan, Dan Contohnya,” 2019.  
<https://penelitianilmiah.com/studi-kasus/>.
- sajiansedap.grip.id. “Manfaat Menakjubkan Minum 1 Sendok Minyak Zaitun,” n.d.  
<https://www.google.com/amp/s/sajiansedap.grid.id/amp/102385565/cuma-minum-1-sendok-minyak-zaitun-saat-perut-kosong-jangan-kaget-rasakan-manfaat-menakjubkan-ini-pada-tubuh>.
- Sayyid Quthb. *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an, Di Bawah Naungan Al-Qur'an*, n.d.
- studylibid.com. “Gambaran Umum Wilayah Bandar Lampung,” n.d.  
<https://studylibid.com/doc/300199/90-iv.-gambaran-umum-wilayah-penelitian-a.-kota-bandar#:~:text=Letak geografis dan wilayah administratif,berbatasan dengan Kabupaten Lampung Selatan>.
- Tamura, H. “Khasiat Psikoreligius Dan Narkoba” 53, no. 9 (2008): 287.
- Tobing, David hizki, Yohanes Kartika Herdiyanto, and Dewi Puri Astiti. “Bahan Ajar Metode Penelitian Kualitatif.” *Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udaya*, 2016, 42.  
[https://simdos.unud.ac.id/uploads/file\\_pondidikan\\_1\\_dir/870ba33936829bb37ecd8f62f8514ba7.pdf](https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_pondidikan_1_dir/870ba33936829bb37ecd8f62f8514ba7.pdf).
- UIN Surabaya. “Bab 2 Tinjauan Pustaka Pengertian Khasiat Islam” 53, no. 9 (2013): 1689–99.  
[digilib.uinsby.ac.id](http://digilib.uinsby.ac.id).
- Wati, Ina. “Kesehatan Dalam Perspektif Al-Qur'an,” 2019, 76.
- Yazid, Abu Fida'. *Berobat Dengan Asma'ul Husna*. Edited by Muhammad Albani. Solo: Kiswah Media, 2017.
- Zadul Ma'ad, Ibnul Qayyim:IV/12. “No Title,” n.d.